أسباب الوقاية من الأمراض

خطبة جمعة للشيخ عبد الله بن محمد النجمي 1441/6/6هـ

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمدًا عبده وسوله صلى الله عليه وعلى أله وصحبه وسلم تسليمًا كثيرًا إلى يوم الدين، أما بعد.

فاتقوا الله عباد الله، ﴿اتَّقُواْ اللّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلاَ تَمُوتُنَّ إِلاَّ وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ﴾ [آل عمران: 102]، عباد الله إن الله سبحانه خلق الإنسان وجعله أعظم وأكرم وأشرف مخلوق على وجه الأرض كما قال جل وعلا: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ﴾ [الإسراء: 70]، وقال سبحانه: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ [التين: 4].

فالإنسان عجيب في تكوينه الجسمي، وفيه من الأسرار العظيمة ما لا يُعدَّ ولا يُحصى، ولذلك أمرنا الله سبحانه بالنظر والتفكر في أنفسنا وأن الله سبحانه سَيري الناس آياته في الآفاق وفي الأنفس حتى يتحقق لهم اليقين بأن رسالة محمد صلى الله عليه وسلم حق.

قال جل وعلا: ﴿وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ [الذاريات: 21]، وقال سبحانه: ﴿سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ﴾ [فُصِّلَت: 53].

لذلك جعلت الشريعة الإسلامية الحفاظ على حياة وصحة الإنسان إحدى الضروريات الخمس، إلا وهي حفظ الخمس، إحدى الضروريات التي أمرت الشريعة بالحفاظ عليها وحمايتها وتنميتها، فحذرت الشريعة الإسلامية من إيقاع النفس في مواطن الهلاك، فقال سبحانه: ﴿وَلاَ تَقْتُلُواْ أَنفُسَكُمْ إِنَّ اللّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾ [النساء: 29]، وقال سبحانه: ﴿وَلاَ تُلْقُواْ بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ [البقرة: 195].

والدنيا ما هي إلا دار بلاء وأمراض، ظل زائل، ومتاع منتهيٍ، ما من إنسان في هذه الدنيا إلا ولا بد أن يواجه فيها مرضًا وعافية، وسرورًا وفرحًا، وحزنًا وسراء وضراء، نعم عباد الله.

يقول الله سبحانه: ﴿تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ * الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا﴾ [الملك: 1، 2]، وقال سبحانه: ﴿إِنَّا جَعَلْنَا مَا عَلَى الْأَرْضِ زِينَةً لَّهَا لِنَبْلُوَهُمْ أَيُّهُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا﴾ [الكهف: 7].

متاع الدنيا الزائل وتنغصها وتكدرها الأمراض والموت، إلا أن الشريعة الإسلامية أمرت بالاحتياط والحذر، فأمرت بالتداوي من الأمراض، فعن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: «لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أَصَابَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ»، وقال صلى الله عليه وسلم: «إِنَّ اللَّهَ لَمْ يُنْزِلْ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً، عَلِمَهُ مَنْ عَلِمَهُ وَجَهِلَهُ مَنْ جَهِلَهُ».

ولهذا جاءت الشريعة الإسلامية بأمر المسلم بالتوكل على الله في جميع أموره، مع أخذه بالأسباب المباحة أو الواجبة شرعًا، دون إيذاء أو تخويف للآخرين، قال الله سبحانه: ﴿وَعَلَى اللهِ فَتَوَكَّلُواْ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ﴾ [المائدة: 23]، وقال سبحانه: ﴿وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ [الطلاق: 3] فيتوكل المؤمن على الله ويأخذ بالأسباب ويبتعد عن الأخبار السيئة أو الأخبار المزعجة.

يقول صلى الله عليه وسلم: «لا عَدْوَى وَلا طِيَرَةَ، وَيُعْجِبُنِي الْفَأْلُ قَالُوا وَمَا الْفَأْلُ قَالَ كَلِمَةٌ طَيِّبَةٌ» والتداوي والعلاج ما هو إلا أخذ بالأسباب التي أودعها الله تعالى في الكون، وهو أمر مشروع لا يتعارض مع قضاء الله وقدره، فالمرض والشفاء بيد الله، والله تعالى يقول: ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ [الشعراء: 80].

كذلك عباد الله الإسلام دين الكمال، والجمال، والنظافة، لذلك أمر الإسلام بالغسل والتطهر من الأوساخ والأدران التي هي مرتع للأمراض، وسبب في نقلها وانتشارها، قال الله جل وعلا: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلاةِ فاغْسِلُواْ وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى

الْمَرَافِقِ وَامْسَحُواْ بِرُؤُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَينِ وَإِن كُنتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُواْ﴾ [المائدة: 6].

وقال سبحانه: ﴿إِنَّ اللّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ [البقرة: 222]، وقال صلى الله عليه وسلم: «حَقٌّ علَى كُلِّ مُسْلِمٍ، أنْ يَغْتَسِلَ في كُلِّ سَبْعَةِ أيَّامٍ يَوْمًا» يغسل فيها رأسه وجسده على الأقل بل جعل الإسلام الطهور شطر الإيمان، جعل النظافة والتطهر شطر الإيمان، نصف الإيمان.

كل ذلك عناية بالنظافة، وكذلك فإن الإسلام قد أمر بنظافة الفم والأسنان، حيث شرع لنا النبي صلى الله عليه وسلم سنة السواك، فقال صلى الله عليه وسلم: «لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي لَأَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ»، وفي رواية «عِنْدَ كُلِّ وُضُوءٍ».

وكان صلى الله عليه وسلم إذا دخل بيته يبدأ بالسواك، كذلك كان إذا قام من الليل يكون سواكه بجواره، إذا قام من الليل يستاك صلى الله عليه وسلم كل ذلك من باب العناية بالنظافة، والشريعة الإسلامية أمرت بحفظ الأطعمة ونظافتها.

ففي صحيح مسلم عن جابر بن عبد الله رضي الله عنه قال سمعت النبي صلى الله عليه وسلم ويقول: «غَطُّوا الإِنَاءَ، وَأَوْكُوا السِّقَاءَ، فَإِنَّ فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزِلُ فِيهَا وَبَاءٌ، لاَ يَمُرُّ بِإِنَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ، أَوْ سِقَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ وِكَاءٌ، إِلاَّ نَزَلَ فِيهِ مِنْ ذلِكَ الْوَبَاءِ» والحديث صحيح عن النبي صلى الله عليه وسلم.

كذلك عباد الله نهت الشريعة الإسلامية عن تلويث الأماكن فقال صلى الله عليه وسلم: «اتَّقُوا الْمَلَاعِنَ الثَّلَاثَ؛ الْبَرَازَ فِي الْمَوَارِدِ، وَقَارِعَةِ الطَّرِيقِ، وَالظِّلِّ» رواه أبو داود بسند صحيح، البراز في أماكن اجتماع الناس، وعلى قارعة الطريق والظل.

ونهى صلى الله عليه وسلم عن البول في الماء الدائم الذي لا يجري ثم يغتسل فيه، كذلك نهى النبي صلى الله عليه وسلم عن إلقاء النجاسات في أماكن اجتماع الناس وتردد الناس فإن في ذلك تلويث لتلك الأماكن.

بل من اعتناء الإسلام بصحة المسلم أن جاء النهي عن التساهل في النجاسات على البدن «مَرَّ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم عَلَى قَبْرَيْنِ فَقَالَ: أَمَا إِنَّهُمَا لَيُعَذَّبَانِ وَمَا

يُعَذَّبَانِ فِي كَبِيرٍ
-أي في نظر الناس بلى إنه كبير- **أَمَّا أَحَدُهُمَا فَكَانَ لا يَسْتَنْزِهُ مِن بَوْلِه**» وفي رواية «**لَا يَتَوقَّى مِنْ بَوْلِه**» وفي رواية «**لَا يَسْتَبرئ مِنْ بَوْلِه**» وفي رواية: «**لا يَسْتَتِرُ مِنْ بَوْلِهِ**» أي لا يتوقى النجاسات، «**وَأَمَّا الآخَرُ فَكَانَ يَمْشِي بِالنَّمِيمَةِ**».

وقال صلى الله عليه وسلم: «**اسْتَنْزِهُوا مِنَ الْبَوْلِ فَإِنَّ عَامَّةَ عَذَابِ الْقَبْرِ مِنْهُ**» أي من البول فيتنزه الإنسان من النجاسات، بل جعل الإسلام خمس من الفطرة إلا وهي الاستحداد وهي إزالة شعر العانة، الشعر حول القُبل والدُبر، وتقليم الأظافر، ونتف الإبط، وقص الشارب، وعُلل ذلك بأنها مواطن اجتماع القاذورات.

فالإنسان عليه أن يعمل بهدي النبي صلى الله عليه وسلم، بل نهى النبي صلى الله عليه وسلم أن تتجاوز أكثر من أربعين يومًا، كذلك مما جاءت به الشريعة الإسلامية النهي عن التنفس في الإناء، نهى النبي صلى الله عليه وسلم عن التنفس في الإناء بل إذا أراد أن يشرب يتنفس ثلاثًا يشرب ثم يتنفس خارج الإناء، ثم يشرب ويتنفس خارج الإناء ثلاثًا، ولا يتنفس في الإناء أثناء شربه، لأن هذا قد ينقل بعض الميكروبات، ونحو ذلك.

فالإسلام جاء بحفظ الصحة، وجاء ببذل الأسباب، بل إن التطعيم هو من باب الأخذ بالأسباب، فعلى المسلم أن يأخذ بالأسباب وكل شيء بأمر الله، كذلك المحجر الصحي أو الحجر الصحي، إلا وهو عزل الأمراض التي تؤدي إلى انتقال العدوى من المشروع، ومما جاءت به السنة فقد قال صلى الله عليه وسلم في شأن الطاعون: «**إذَا سَمِعْتُمْ بِهِ بِأَرْضٍ، فلاَ تَقْدمُوا عَلَيْهِ، وإذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا، فَلا تَخْرُجُوا فِرَارًا مِنْهُ**».

عباد الله.. أقول ما تسمعون وأستغفر الله العظيم فاستغفروه إنه هو الغفور الرحيم.

الحمد لله على إحسانه والشكر له على توفيقه وامتنانه، وأصلي وأسلم على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم الداعي إلى رضوانه، وعلى آله وصحبه وسلم تسليمًا كثيرًا إلى يوم الدين، أما بعد.

عباد الله.. فإن النبي صلى الله عليه وسلم علمنا بأدعية شرعية يقولها المسلم وفيها من الاتقاء للأمراض، ومن ذلك قوله صلى الله عليه وسلم: «**مَنْ قَالَ: بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا**

يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ لَمْ يَضُرَّهُ شَيْءٌ» وكذلك قراءة سورتي المعوذتين والإخلاص في الصباح والمساء ثلاث مرات وقبل النوم تكفيك كل شيء.

وعلمنا صلى الله عليه وسلم الدعاء كما في سنن أبي داود بسند صحيح: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ، وَالْجُنُونِ، وَالْجُذَامِ، وَمِنْ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ» والحديث صحيح، بل قال صلى الله عليه وسلم: «اسْتَعِيذُوا بِاللَّهِ من الْعَيْنَ» والحديث صحيح، إلى غير ذلك من الأدعية، فهي أدعية شرعية نبوية يقولها المسلم كل شيء بأمر الله.

وإذا ابتلي المسلم بمرض من الأمراض ما عليه إلا أن يصبر ويحتسب ويرضى ويعلم أن هذا بأمر الله، ولا ييأس، فإن أيوب عليه السلام ابتلاه الله تعالى بالضر في جسده وماله وولده، حتى لم يبقى من جسده مغرز إبرة سليم سوى قلبه، وكان يدعو الله تعالى، ما بقي معه غير أن زوجته حفظت وده، لإيمانها بالله ورسوله، فاستجاب الله له، قال تعالى: ﴿وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾ [الأنبياء: 83] قال سبحانه: ﴿فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِن ضُرٍّ وَآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُم مَّعَهُمْ رَحْمَةً مِّنْ عِندِنَا وَذِكْرَى لِلْعَابِدِينَ﴾ [الأنبياء: 84].

ولا يتمنى المسلم الموت لضر نزل به كما قال صلى الله عليه وسلم فإن هذه الأمراض التي قد يبتلي الله تعالى بها العباد هي تكفير للسيئات ورفع للدرجات، وإذا أحب الله قومًا ابتلاهم فمن رضى فله الرضا ومن سخط فله السخط وإن النبي صلى الله عليه وسلم قد أمرنا بالتعوذ من الهمّ والحَزَن، وقد ذكر أهل العلم أن من أسباب الأمراض الهم والحزن والغم هذا مرض.

فالمؤمن يكون مستيقنًا بقضاء الله، مؤمنًا بقدر الله عالمًا بأنه لن يصيبه إلا ما كتب الله، وأن هذا المرض قد يظهر الله تعالى للناس عجزهم وضعفهم وقدرتهم، يريد من العباد أن يتوبوا إلى الله، أن يرجعوا إلى الله ﴿وَمَا أَصَابَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ﴾ [الشورى: 30].

وقال صلى الله عليه وسلم: «لَمْ تَظْهَرْ الْفَاحِشَةُ فِي قَوْمٍ قَطُّ حَتَّى يُعْلِنُوا بِهَا إِلَّا فَشَا فِيهِمْ الطَّاعُونُ وَالْأَوْجَاعُ الَّتِي لَمْ تَكُنْ مَضَتْ فِي أَسْلَافِهِمْ»، فعلى العباد أن يتوبوا إلى الله وأن يلجئوا إلى الله.

وعلمنا صلى الله عليه وسلم في الصباح والمساء أن ندعو وأن نقول: اللهم عافني في سمعي اللهم عافني في بصري، اللهم عافني في ديني ودنياي وأهلي ومالي، اللهم إني أسألك العفو والعافية والمعافاة الدائمة في الدنيا والآخرة.

اللهم إنا نسألك الهدى والتقى والعفاف والغنى، اللهم أعز الإسلام والمسلمين وأذل الشرك والمشركين ودمر أعداء الدين من الكفرة والملحدين واليهود والمستعمرين، وسائر المفسدين.

اللهم أمنا في أوطاننا، وأصلح أئمتنا وولاة أمرنا، اللهم وفق إمامنا إمام المسلمين خادم الحرمين الشريفين لما تحبه وترضى، اللهم وفقه وولي عهده، وإخوانه وأعوانه لما تحبه وترضى، اللهم سدده في أقواله وأفعاله، اللهم هيئ له البطانة الصالحة الناصحة التي تعينه على الخير وتدله عليه يا رب العالمين، اللهم احفظ جنونا المرابطين ورجال أمننا، اللهم سدد رميهم، اللهم احفظهم بحفظ واكلأهم برعايتك يا رب العالمين.

﴿إِنَّ اللّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالإِحْسَانِ وَإِيتَاء ذِي الْقُرْبَى وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاء وَالْمُنكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُون﴾ [النحل: 90]، فاذكروا الله العظيم الجليل يذكركم واشكروه على نعمه يزدكم ولذكر الله أكبر والله يعلم ما تصنعون.